

Programm 2022

28. Januar	Winter Spaziergang Besammlung 13.30 Bhf. Dietlikon
28. März 2022	44. Generalversammlung im kath. Pfarreizentrum
	Yoga tagsüber, Einführung dieses Angebotes
26. Jan.- 13.April	Mittwoch Kurs 1 Zeit: 10.05 – 11.00 Uhr (9x)
04. Mai – 11.Juli	Mittwoch Kurs 2 Zeit: 10.05 – 11.00 (11x)
24.Aug. – 21.Dez.	Mittwoch Kurs 3 Zeit: 10.05 – 11.00 (15x)
1. April	Frühlingswanderung (Verschiebedatum: 08.04.2022) Zürcher Weinland, leichte/mittlere Wanderung ca. 2 ½ h
14. Mai/8.Juli/1. Okt.	Shinrin-Yoku / Entspannung im Wald (einzeln buchbar)
10. Juni – 01. Juli	Die Franklin-Methode®, Workshop (4x) Freitag Zeit: 19.00 – 20.30 Uhr
XX Juni – XX. Aug.	Qi Gong im Freien, 6x ?? Wochentag 19.00 – 19.50 Uhr
17. Juni	Sommerwanderung (Verschiebedatum: 24.06.2022) Zentralschweiz, (mittlere Wanderung ca. 2 ¼ h)
10. - 18. September	Bewegungswoche: (siehe separate Broschüre im August) Angebote in Dietlikon, Wangen-Brütisellen und Wallisellen
16. September	Herbstwanderung (Verschiebedatum: 23.09.2022) Nordostschweiz, (mittlere Wanderung ca. 3 ¼ h)
Refresher	Schmerzfrei mit Faszienübungen, Liebscher & Bracht® (2x)
28. Okt.+ 04. Nov.	Freitag Kurs 1 Zeit: 09.30 – 10.50 Uhr
11. + 18. November	Freitag Kurs 2 Zeit: 09.30 – 10.50 Uhr
Okt. / November	Ausflug????
Wanderleitung	Brigitte Hilpertshauer 078 820 63 57 Nuria Alcaraz, Jörgen Bigler, Gabriela Schärer
Weitere Infos	Details und Anmeldungen via Flyer und Homepage; Änderungen des Programms sind immer möglich
Schulferien 2022	finden keine Turnlektionen statt 14. - 25. Februar 2022 / 15. April – 29. April / 18. Juli - 19. August / 10. - 21. Oktober / 23. Dez. 2021 - 06. Jan. 2023, 13.2.- 24.2.2023

vitaswiss-Fitness

**Kurs mit Qualitop Zertifizierung

Jahresbeitrag
*für Mitglieder

Fit Gymnastik Dietlikon**			
Dienstag	19.30 – 20.25	Martina Richter	Fr. 280.00*
Freitag	12.15 – 13.10	079 439 08 13	Fr. 380.00
Hüenerweid (Gymnastikraum)			
Pilates Dietlikon**			
C Montag	14.00 – 14.55	Martina Richter	
D Dienstag	18.30 – 19.25	079 439 08 13	Fr. 280.00*
A Mittwoch	09.00 – 09.55	Daniela Früh	Fr. 380.00
Hüenerweid (Gymnastikraum)		079 307 19 19	
Yoga Dietlikon			
Montag	19.00 – 20.00	Pia Gossweiler	
Hüenerweid (Singsaal)		079 254 98 73	
		Monika Wüthrich	Fr. 280.00*
		079 642 11 67	Fr. 380.00
Mittwoch	10.05 – 11.00	Daniela Früh	
Hüenerweid (Gymnastikraum)		079 307 19 19	
Männerymnastik Dietlikon**			
Mittwoch Krafttraining	19.30 – 21.00	Martina Bischof	Fr. 280.00*
Hüenerweid (Gymnastikraum)		079 742 60 54	Fr. 380.00
Funktionelle Gymnastik Dietlikon**			
Mittwoch	18.15 – 19.15	Martina Bischof	Fr. 200.00*
Donnerstag	09.00 – 09.55	Martina Richter	Fr. 300.00
Donnerstag	10.05 – 11.00	079 439 08 13	
Hüenerweid (Gymnastikraum)			
Atemgymnastik**			
Dienstag / Dietlikon	09.00 – 10.00	Marlis Egli	Fr. 200.00*
Hüenerweid (Gymnastikraum)		044 833 42 10	Fr. 300.00
Mittwoch / Wallisellen	17.30 – 18.30		
Bürgli Mitte (Singsaal)			
Qi Gong Dietlikon			
Donnerstag	18.30 – 19.30	Karin Braun	Fr. 200.00*
Hüenerweid (Singsaal)		079 945 62 94	Fr. 300.00
Walking-Treff Dietlikon**			
Montag	08.30 – 09.30	Elisabeth Leimbacher	Fr. 280.00*
Treffpunkt: Hardwald Parkpl.Klotenerstr.		044 833 21 05	Fr. 380.00